كيف تقضي يومك ؟

إعداد

القسم العلمي بدار ابن خزيمة

مصدر هذه المادة :







بسم الله الرحمن الرحيم

إن الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله، وحده لا شريك له، وأشهد أن محمدا عبده ورسوله. أما بعد:

وقتك.. قيمتك

أخي.. كيف تقضي يومك؟ أين تصرف لحظاته الغالية؟ كيف تستثمر أوقاتك ؟ وبم تشغلها؟ ومع من تقضيها؟

فعمرك أيام.. وأيامك مستعارة.. ستسأل عنها فيم قضيتها؟ وكيف أحييتها؟ ففي الحديث قال رسول الله ﷺ: «**لا تزول قدما عبد حتى يسأل عن عمره فيم أفناه، وعن علمه فيم فعل فيه وعن ماله من أين اكتسبه، وفيم أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه**»[رواه الترمذي، وقال: حديث حسن صحيح].

فهذا الحديث أصلٌ في وجوب الحفاظ على الأوقات، وصرفها فيما يعود على المسلم بالنفع، وأنه مسؤول عنها ليس له الحق في صرفها كيفما يريد.. وحسبما يريد.. بل هو متعبد باستعمالها في الخير بحسب ما أراد منه ربه وبيَّنه له في كتابه وسنة رسوله ﷺ.

والوقت من أنْفَس النعم وأثمنها.. وأجلها وأفضلها.. يدل على ذلك حديث نفيس جامع قال فيه ﷺ: «**نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس : الصحة والفراغ**»[رواه البخاري].

ولو توقف المؤمن عند هذه الوصايا النبوية متأملاً في معانيها.. لأدرك قيمة الوقت في حياته، ولعلم أنه نعمة عزيزة غالية ولـــوطَّن نفسه لشيئين:

الأول : أن ينظم وقته؛ حتى يتسنى له الاستفادة منـــه علـــى أحسن وجه.

الثاني : أن يحرص كل الحرص على قضاء وقته فيما يعود عليه بالنفع، ولا يجلب له العذاب والهلاك في الدنيا والآخرة.

وهذان الأمران مستفادان من الأحاديث السابقة كمـــا تـــدل عليها الفطرة السليمة والعقول المستقيمة، فإنك إذا نظرت في أحوال الموفقين في أحوال الدنيا وجدهم أكثر حفاظا على أوقاهم، وأعلم بتوظيفها على أحسن وجه... والمؤمن الموفق هو العـــالم بـــأحوال الأعمال وأوقاها المناسبة لها، فتجده يأتي بكل عمل في وقته لا يُقَدِّم مستحبا على واجب، ولا يؤخر واجبا عن وقته، ولا يفرط في حق على حساب آخر، بل يسير على نور من ربه، وعلم بحقوقه، فللـــه عليه حق ولنفسه حق ولجسده حق، ولأهله حق، فهو يتناول هذه الحقوق جميعها في يومه بحسب ما أمر ربه، وبحسب ما دلت عليـــه السنة، لا بحسب ما يهواه هو ويريده.

أخي الكريم: لقد تقدم في الحديث أن القلة القليلة من الناس هم الذين لا يغبنون في الفراغ.. وهذا فيه إشارة قوية إلى أن القليل من الناس هم الذين ينظمون أوقاهم ويقسمون أعمالهم بحســـب مـــا لديهم من أوقات الفراغ.. وبحسب مسؤولياهم وهممهم.

أخي الكريم: في كل يوم تعيشه تكون عليك مسؤوليات.. ولك فيه طموح وأمنيات.. ومحاب ورغبات.. فكيف تراك توفق بين ما لك وما عليك؟ هل تدوس على واجباتك لتنال رغباتك.. هل تقضي يومك خبط عشواء.. تبعثر الأوقات... وتستنزف الطاقات ؟ إنك لو توقفت مع هذه الأسئلة مليا لأدركت قيمة التصور الصحيح للبرنامج اليومي الذي يستحب للمسلم اتباعه.. فكيف ينبغي للمسلم أن يقضي يومه؟

الخطوط العريضة للبرنامج اليومي

أخي.. هناك خطوط عريضة ونقاط مهمة لابد أن تفقهها وتدرك معناها قبل أن تخط النقاط التفصيلية لبرنامج يومك.

١- **تذكر أنك خُلقت لعبادة الله وحده**، وأن كل يوم تحياه فلابد أن تحياه عابداً لله سبحانه.. ﴿**وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ**﴾ [الذاريات:٥٦].

وأن مقتضى ذلك أن تجعل لك في كل يوم أوقاتا تتفرغ فيها للعبادة بعد أن تحدد ما أوجبه الله عليك من العبادة ووقتها.

واعلم أن هذه النقطة من أعظم ما يستعان به على الأعمال كما قال تعالى في الحديث القدسي : «**وما تقرب إليَّ عبد بشيء أحب إلى مما افترضته عليه**...».

٢- **حدد مسؤولياتك الدينية** : من صلاة، وبر للوالدين، ورعاية للأهل، وتربية للأبناء، وغيرها مما أوجبه الله عليك، فلا تُخل بها أبدا.

٣- **حدد مسؤولياتك الدنيوية**: وقم بها بنية الاستعانة علـــى أمور الآخرة، واعلم أن مباشرتها بإتقان واتزان من التوكل على الله سبحانه.

٤- **لقد فاضل الله بين الأوقات** في اليوم الواحد.. وفاضل بين الأيام في الشهر الواحد، وفاضل الله بين الشهور في السنة الواحدة، فخذ في حسابك تفاضل الأوقات، واعمل على استثمار أفضلها في أفضل ما استُحِبت له حتى تنال خيرها على أحسن وجه، فصـــوم الاثنين والخميس مثلا أحب إلى الله من صوم الثلاثاء كما دلت عليه السنة بأن رسول الله ﷺ كان يتحرى صيام الخمـــيس والاثـــنين، وكذلك فإن العمل في الصباح الباكر أدعى لحصول البركة من غيره لقوله ﷺ : «**بورك لأمتي في بكورها**»، وفي روايـــة زاد : «**يـــوم الخميس**».

فهذه النقاط مهمة في التخطيط اليومي الناجح.

وإليك نصائح توضيحية نموذجية لقضاء يومك!

كيف تقضي ليلك؟

أخي.. بعد صلاة العشاء إن لم يكن لحديثك ومجالسك فائـــدة تعود عليك بالنفع فتركها أفضل فإن رسول الله ﷺ كان يكرهُ النوم قبل العشاء والحديث بعدها، ولأن أفضل أوقات النوم ما كان باكراً عند شدة الحاجة إليه فهو بهذا الوصف أنفع للجسم وأدعى لراحته وتهيئته لاستقبال اليوم الجديد.

طبعا يستثنى من هذا، من له واجب أكيد كالواجبات الدراسية

وغيرها، فيحمد وقتها السهر لأجل المصلحة الراجحة لكن باعتدال. يعطي للجسم مجالًا لأخذ قسط من الراحة أول الليل، ويساعد المسلم على القيام لصلاة الفجر.

وليس يحمد سهر يؤدي بالمسلم إلى التفريط في فريضة الفجر، مهما كانت الجدوى منها قال تعالى: ﴿**وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا**﴾[الإسراء:٧٨].

وقال تعالى: ﴿**إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا**﴾[النساء:١٠٣] أي : مقدرة بوقت معلوم، والصلاة عمود الدين وهي العهد الذي إن أخلفه المسلم كفر كما صح عن النبي ﷺ : «**العهد الذي بيننا وبينهم الصلاة فمن تركها فقد كفر**»[رواه مسلم].

أخي.. وإذا تأملت في حال كثير من الناس- لا سيما الشباب – وجدت منشأ الخلل فيهم من السهر، حيث يستأنسون الساعات الطويلة بالليل هادرين طاقاتهم في اللهو والعبث، أو اللغو الذي لا نفع منه، وربما في المحرمات والمخلفات، تضيع بها أوقاتهم، وتسحق طاقاتهم، وتفوتهم واجباتهم ومسؤولياتهم.

أخي : وفي الليل أوقات – لو تدري – مباركة طيبة.. غالية ثمينة.. يعرفها الحاذق... ويحرص عليها العاقل اللبيب.. تلك هي ساعات السحر.. ساعة أهل القيام.. الذين قال الله جل وعلا فيهم : ﴿**كَانُوا قَلِيلًا مِنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ * وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ**﴾[الذاريات: ١٧،١٨].

قطـــع الليـــل رجـــالٌ ورجـــــالٌ وصـــــلوه
رقـــد فيـــه أنـــاس وأنـــــاسٌ شـــــهدوه
لا يميلـــــــــون إلى النـــوم ولا يســـتعذبوه
فكـــأن النـــوم شـــيءٌ لم يكونـــوا يعرفـــوه

أخي: فلا تجعل حظك من الليل نوما وسهرا.. وحرصا على أعمال الدنيا الفانية.. بل اجعل همتك في السماء... واقتطع دقائق من نومك لله.. تخلو به في ظلمة الليل.. يغفر ذنبك.. ويجيب سؤلك.. ويعطيك من خير الدنيا والآخرة.. فتصحب وقد بورك في سعيك.. تكسوه المهابة.. ويزينك الشرف.. قال رسول الله ﷺ : «**أقرب ما يكون العبد من ربه في سجوده، وإذا قام يصلي في ثلث الليل الأخير، فإن استطعت أن تكون ممن يذكر الله في تلك الساعة فكن**» [رواه الترمذي].

يا نائم الليـــل كـــم ترقـــدْ
قم يا صديقي قد دنا الموعـــدْ
من نام حتى ينقضـــي ليلـــه
متى يبلغ المنـــزل أو يســـعد

فهذه أخي معالم البرنامج الليلي :

١-**بكور في النوم** إلا إذا اقتضت مصلحة راجحة تأخيره كالعلم والواجبات الضرورية.

٢- **قيام الليل** لمن رام شرف الدنيا، والمقام المحمود في الآخرة، فإنه كما قال رسول الله ﷺ : «**أفضل الصيام بعد رمضان شـــهر**

الله المحرم، وأفضل الصلاة بعد الفريضة صـــلاة الليـــل» [رواه مسلم].

كيف تقضي الصباح؟

أخي.. وقت الصباح هو وقت نزول البركات وأفضل أعماله بعد الصلاة، الإقبال على الله جل وعلا بالذكر.. بدءاً من أذكار ما بعد الصلاة، وبعدها أذكار الصباح فإنها أعظم أســـباب الكفايـــة وجلب الخير إذ فيها من جوامع الـــدعاء والاســـتعاذات والحمـــد والابتهال إلى الله ما يدفع سائر الشرور ويبارك للمسلم في يومـــه فيكون فتحا عليه ونورا، وكتب الأذكار المختصرة قد شملت على تلك الأذكار واقتناؤها والقراءة منها فيه غنية من شق عليه الحفظ، ويستحب للمؤمن أن يستغل صباحه في الحرص علـــى الأذكـــار الفاضلة، أو قراءة القرآن حتى تطلع الشمس، ثم يصلي ركعتين إن شاء وينصرف حامدا شاكراً لله جل وعلا.

وله بعد الصلاة والذكر، أن يباشر واجباته الدنيوية أو العلمية فإن رسول الله ﷺ قال : «**بورك لأمتي في بكورهم**» ولا ينبغـــي النوم في الصباح إلا للضرورة.

كان الحسن يقول : «يا ابن آدم نهارك ضيفك فأحسن إليـــه، فإنك إن أحسنت إليه ارتحل بحمدك وإن أسأت إليه ارتحل بـــذمك وكذلك ليلتك».

وقال يحيى بن معاذ : «الليل طويل فلا تقصره بمنامك، والنهار نقي فلا تدنسه بآثامك».

وقال مجاهد رحمه الله : «ما من يوم إلا يقول : ابن آدم! قد دخلت عليك اليوم، ولن أرجع إليك بعد اليوم، فانظر ماذا تعمل فيَّ!».
وقال عبد الرحمن بن زبيد اليامي: «ليس من يوم إلا وهو ينادي :أنا يوم جديد وعلى عملكم شهيد».

كيف تقضي بقية يومك؟

اعزم عزماً أكيداً أن تجعل يومك يوم الطاعة وأن تكون فيه أحسن مما كنت قبله ، أدِّ فيه فرضك، فلا تفوتنك فريضة في المسجد، واحرص أن تكون سباقا إلى الصلاة؛ ليكون الله معك في أعمالك، ويكون لله بكل خير أسرع.

احرص وقت الضحى على صلاة الضحى، فإنها باب من أبواب الخير، فقد قال تعالى في الحديث القدسي: «**يا ابن آدم صل لي أربع ركعات أول النهار أكفك آخره**» [رواه الترمذي].

أدِّ عملك وواجباتك بأمانة وإتقان، سواء في الدراسة أو غيرها فإنك تؤجر على كل عمل مباح تقصد الاستعانة به على أمور الآخرة.

قال يحيى بن معاذ: «كيف لا أحب الدنيا.. قدر لي فيها قوت أكتسب به حياة، أدرك به طاعة، أنال بها الجنة».

واحرص على النوافل بعد الصلاة وقبلها، فإنك تنال بها القرب من الله جل وعلا، وبيتا في الجنة، ففي الحديث قال رسول الله ﷺ :

«ما من عبد مسلم يصلي لله كل يوم ثنتي عشرة ركعة تطوعـا غير فريضة إلا يبني الله له بيتا في الجنة، أو إلا بني لـه بيـت في الجنة» [رواه مسلم].

واعلم – أخي – أن أعظم العبادات وأشقها علـى الـنفس وأثقلها في الميزان يوم القيامة : حسن الخلق، لذلك فإنـك حـين الاختلاط بالناس ينبغي أن تعاملهم بما تحب أن تُعامل بـه، ففـي الحديث قال رسول الله ﷺ : **«من أحب أن يُزحزح عـن النـار ويدخل الجنة فلتأته منيته وهو يؤمن بالله واليوم الأخر، وليـأت الناس مثل الذي يحب أن يُؤتى إليه»** [رواه مسلم].

سلِّم على من عرفت ومـن لم تعـرف.. وابـذل النصـح للمسلمين.. وأطب كلامك.. واعف عمن ظلمك.. وابتسـم في خطابك ونظرتك فإن تبسمك للمسلم صدقة..وغير ذلـك مـن مفردات الخلق الحسن.

ولا تنس – أخي – أن تعمر فراغ وقتك بالأذكار فإنها مـن أعظم أبواب الخير.. ﴿**أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾..وتأمـل في قوله ﷺ : **«كلمتان خفيفتان على اللسان ثقيلتـان في الميـزان حبيبتان إلى الرحمن : سبحان الله وبحمده، سبحان الله العظـيم»** [رواه البخاري].

فإنه ينص على عظم أجر هذا الذكر على خفة كلماته علـى اللسان وفي ذلك ما يشير إلى أن ذكر الله من أسهل الغنائم كسـبا وأعظمها شأنا.. ولكن أكثر الناس لا يعلمون.

يومك – أخي – لا تدعه يمضـــي إلا زاخــرا بالتســـبيح.. والاستغفار.. والتهلل.. سرا وعلانية.. في بيتك وفي المسجد.. وفي سيارتك.. فإنك بذلك تطرق أبواب الرحمة.. وتنـــال معيـــة الله ونزول السكينة والخير.

وعن سمرة بن جندب رضي الله عنه، قـــال رســـول الله ﷺ : «**أحب الكلام إلى الله تعالى أربع لا يضرك بأيهن بدأت : سبحان الله، والحمد لله، ولا إله إلا الله، والله وأكبر**» [رواه مسلم].

قال داود الطائي: إنما الليل والنهار مراحل ينزلها الناس مرحلة مرحلة حتى ينتهي ذلك بهم إلى آخر سفرهم، فـــإن اســـتطعت أن تقدم في كل مرحلة زادا لما بين يديها، فافعل، فإن انقطاع الســـفر عن قريب ما هو والأمر أعجل من ذلك، فتزود لسفرك، واقض ما أنت قاض من أمرك، فكأنما بالأمر قد بغتك.

نسير إلى الآجال في كل لحظة
وأيامنا تطوى وهن مراحـــل
ولم أر مثل الموت حقا كأنـــه
إذا ما تخطته الأمـــاني باطـــل
وما أقبح التفـــريط في زمـــن
فكيف به والشـــيب للـــرأس
ترحل من الدنيا بزاد من التقى
فعمرك أيـــام وهـــن قلائـــل

قال ابن الجوزي يعظ ابنه : «واعلم يا بني أن الأيـــام تبســـط

ساعات، والساعات تبسط أنفاساً، وكل نَفَسٍ خزانة، فاحــذر أن يذهب نَفَسٌ بغير شيء فترى في القيامة خزانةً فارغة فتنــدم، وفي الحديث : «**من قال: سبحان الله العظيم وبحمده، غرست له بها نخله في الجنة**»، فانظر إلى مضيع الساعات كم يفوته من النخيــل؟ قد كان السلف يغتنمون اللحظات» [لفتة الكبد ص١٦].

قال الجنيد لرجل وهو يعظه : «جماع الخير كله في ثلاثة أشياء : إن لم تمض في نهارك بما هو لك، فلا تمضه بما هو عليــك، وإن لم تصحب الأخيار، فلا تصحب الأشرار، وإن لم تنفق مالك فيما لله فيه رضا، فلا تنفقه فيما لله فيه سخط».

أخي : فهذه نصائح هادية تدلك على منهج سليم لاســتثمار الأوقات وتبين لك الخطوط العريضة لرسم برنامج يلائم أعمالــك ويحفظ عليك آخرتك ومآلك، فسر على طريــق تنظــيم وقتــك واستغلاله، فإنما بديل التنظيم الفوضى.

حدد مسؤولياتك، ونسق واجباتك، وراع فيها الأولويــات، واستعن بالله ولا تعجز.

وصلى الله على نبينا محمد، وعلى آله وصحبه وسلم.